

# Schwache Venen?

Warme Temperaturen sind für geschädigte Venen nicht besonders zuträglich. Deshalb verwundert es nicht, dass insbesondere im Sommer viele Menschen vermehrt unter Krampfadern leiden. Linderung bringen in erster Linie medikamentöse Therapien.



**TEXT: CHRISTIANE SCHITNY, APOTHEKERIN**

Die Venen transportieren das Blut aus dem Körper zurück zum Herzen. In den Beinen unterscheidet man zwei verschiedene Gruppen von Venen: die oberflächlichen und die tiefen Beinvenen. Beide Venensysteme sind durch kurze Blutgefäße miteinander verbunden. Rund 90 Prozent des Bluts fließt durch die tiefen Venen. Diese sind in die Wadenmuskeln eingebettet, die sich bei jedem Schritt zusammenziehen. Dadurch wird das Blut Richtung Herz gepresst. Im Inneren der Venen befinden sich die Venenklappen: Das durchströmende Blut öffnet diese Klappen wie Schwingtüren. Das durch Schwerkraft in Gegenrichtung drückende Blut verschliesst die Klappen automatisch, sodass kein Rückfluss stattfinden kann.

## **Chronische Venenschwäche**

Unter dem Begriff «chronische Venenschwäche» sind alle Komplikationen zusammengefasst, die entstehen, wenn sich das Blut über längere Zeit in den Venen staut und nicht ordnungsgemäss zum Herzen zurückbefördert wird. Der Druck, der dadurch in den Beinen entsteht, kann die Venen und das umliegende Gewebe dauerhaft schädigen, denn er bewirkt, dass Wasser aus den Blutgefässen ins Gewebe gelangt. In der Folge schwellen die Beine an, werden schwer und können schmerzen. Eine häufige Ursache für Venenprobleme sind geschädigte Venenklappen und Gefässwände. Venenleiden entstehen meist schleichend.

### Störend, aber oft harmlos

Sichtbare und unschöne, direkt unter der Haut verlaufende kleinste Venen nennt man Besenreiser. Sie stellen in erster Linie ein kosmetisches Problem dar, das vor allem Frauen betrifft. Die feinen, rötlich-bläulichen Geflechte an den Unterschenkelinnenseiten, Oberschenkeln, Knien und Fussknöcheln stören, wenn Frau Beine zeigen möchte. Besenreiser verursachen in der Regel keine Beschwerden, können aber allenfalls ein Hinweis auf eine beginnende Venenerkrankung sein. Sie entstehen meist durch eine Bindegewebsschwäche. Weitere Ursachen können der Einfluss spezifischer Hormone, Übergewicht oder Bewegungsmangel sein. Isoliert auftretende Besenreiser bedürfen keines Arztbesuchs, es sei denn, man möchte sie aus kosmetischen Gründen behandeln. Sie können verödet oder mithilfe eines Lasers unsichtbar gemacht werden.

### Behandlungsbedürftig

Krampfadern sind krankhafte Erweiterungen der dünnwandigen, grösseren Venen unter der Hautoberfläche. Durch eine Bindegewebsschwäche verlieren die Venen ihre Elastizität und beulen sich aus. Als mehr oder weniger dicke, geschlängelte Blutgefäße sind sie an Unterschenkeln, Kniekehlen und Oberschenkeln sichtbar. Krampfadern entstehen oft aufgrund einer genetischen Veranlagung, durch vorwiegend sitzende oder stehende Lebensweise, Bewegungsmangel, Übergewicht, wiederholte Schwangerschaften oder zunehmendes Lebensalter. Sie lassen sich nicht nur medikamentös behandeln, sondern auch mithilfe von Kompressionsstrümpfen (siehe unten) sowie durch Verödung, Lasertherapie oder operative Verfahren.



### Geschädigte Venen unterstützen

Anzeichen einer beginnenden Venenschwäche sind schwere und geschwollene Beine, die sich vor allem am Abend und bei warmem Wetter bemerkbar machen. Um diese Symptome zu lindern, stehen verschiedene Pflanzenextrakte zur Verfügung, beispielsweise aus Rotem Weinlaub, Rosskastanien oder Pinienrinde. Ihre positive Wirkung auf die Venen ist wissenschaftlich nachgewiesen. Je nach Inhaltsstoffen kräftigen die pflanzlichen Extrakte die Venen, schützen die Venenwände oder wirken entzündungshemmend. Diese Medikamente können eingenommen oder in Form von Salben oder Gels lokal aufgetragen werden. Ebenfalls gut lindernd sind kühlende Gels. Wenn die Beine sehr stark geschwollen sind und sich Wasser im umliegenden Gewebe eingelagert hat, können auch entwässernde Medikamente helfen. Diese sind je nach Wirkstoff rezeptfrei oder auf ärztliche Verschreibung in der Apotheke erhältlich.



Besenreiser können gut behandelt werden.